

이야기상담의 이해와 기독교상담 방안

이재희* 전요섭**

국문초록

본 연구는 이야기상담의 이해와 기독교상담 방안에 대해 모색해 본 것이다. 기독교상담은 상처입고 분열되고 조각난 이야기들이 하나님의 성령의 치유하심과 구원하심의 역사 안에서 재해석되어 새로운 이야기, 희망과 구원의 이야기로 거듭날 수 있도록 돕는 일이다. 초대교회가 이야기를 통해서 전달되어왔듯이 상담자는 기적을 경험한 이들이나 현장에서 목격한 이들, 혹은 만났던 이들의 성경 이야기가 오늘 현재에도 하나님의 구원사역이 재현될 수 있도록 해야 한다. 기독교상담은 내담자의 흩어진 이야기를 한데 모을 수 있도록 도와주어야 하며 기독교적인 이야기들과의 연결점을 찾는 일이다. 그런 점에서 이야기상담은 기독교상담에서 치료의 활용도가 매우 높다고 본다. 이야기상담은 자신의 이야기를 재구성할 수 있다는 강점이 있으며 현재의 이야기 대신에 새로운 대안 이야기는 다른 접근법과 구별되는 특징이라 할 수 있다. 이야기상담의 통찰과 구체적 상담 방법론은 상담이론의 단점들을 극복하는 새로운 상담유형을 제시해 줄 수 있다고 본다. 본 연구에서는 이야기상담의 이론적 배경과 주요개념을 살펴본 후 이야기상담 방법론에 대한 고찰과 기독교상담 안에서의 활용방안을 살펴보고자 한다.

중심단어 : 기독교상담, 이야기, 이야기상담, 은유, 은유와 이야기

• 논문 투고일: 2012년 4월 10일

• 게재 확정일: 2012년 5월 15일

* 성결대학교

** 성결대학교

• 논문 수정일: 2012년 5월 2일

www.kci.go.kr

I. 여는 글

인간의 삶에는 언제나 이야기로 가득하다. 인간은 이야기를 통해 자신을 드러내고 이야기를 통해 다른 사람을 이해하게 된다. 인간은 스스로가 자신에게 말하는 이야기와 다른 사람들이 자신에 대해서 말하는 이야기에 따라서 삶에 영향을 받고 있다. 사람들은 자신이 실제로 경험한 것에 대해서만 이야기를 하는 것이 아니다. 자신에 대해 말하는 이야기나, 다른 사람들이 자신에 대해 말하는 이야기들이 실제로 한 사람의 현존을 만들어낸다.¹⁾ 이와 같이 이야기가 삶을 살아가는데 중요한 역할을 한다는 의미이다. 한 개인의 이야기를 통해 개인의 삶의 성장과정과 관계, 가치체계와 신념, 목표와 희망 등을 총체적으로 이해할 수 있다. 이야기는 여러 문화의 담론과 함께 흘러가고 시대의 조류를 끌어안고 흘러간다. 이야기상담은 이렇게 쉽없이 흘러가는 이야기의 물결 속에서 내담자로 하여금 자기의 목소리를 찾고 자기 주관을 찾아갈 수 있도록 하며 삶의 가능성을 찾도록 돕는 상담이다. 과거사건이나 경험 그 자체는 바뀔 수 없지만 이야기를 통해서 과거의 의미와 사건들은 여러 형태로 변할 수 있다. 과거의 사건과 이야기 사건, 즉 과거로부터 문제를 풀어가는 것이지만 과거의 사건을 규정지어 분석하는 것이 아니라 과거의 사건을 이야기를 통해 재해석해가는 과정이다.

‘문제가 문제이지 사람이 문제가 아니다’라는 명제는 이야기상담의 전제 중 하나라고 볼 수 있다. 내담자가 문제로 인해 상담의 문을 두드릴 때 내담자의 문제를 어떻게 인식하고 출발하는지는 상담을 더 효율적으로 만들기도 한다. 따라서 상담자의 ‘인간 이해’와 ‘문제’에 대한 인식의 틀이 잡힐 때 이야기상담은 더 풍요롭게 내담자에게 다가갈 수 있다. 기독교상담에서 내담자의 이야기가 어떻게 해석되고 이해되어야 하는지는 기독교

1) John Winslade & Gerald D Monk, *Narrative Counseling in Schools*, 송현종·정수희 역, 『이야기상담』(서울: 학지사, 2005), 52.

교상담의 과제이기도 하다. 기독교상담은 내담자의 삶에 관여하시는 하나님의 깊은 섭리에 대해 새로운 인식을 갖도록 도와주어야 한다. 새롭게 만들어지는 내담자의 이야기가 구속이야기가 되며 내담자가 예수 그리스도를 믿음으로 성령으로 거듭난 기독교적 정체성을 가진 전환된 새로운 이야기가 될 수 있도록 돕는 과정이다. 이야기를 통해 하나님을 이해할 수 있을 뿐 아니라 과거를 다시 살펴보고 다가오는 미래 이야기는 은혜의 이야기가 될 수 있도록 재구성되도록 해야 한다.

최근 들어 상담학계는 그동안 주류를 이루고 있던 전통적 상담이론의 틀에서 벗어나 새로운 상담모델을 모색하고자 하는 움직임이 활발하게 진행되어 왔다. 과거 많은 상담들을 지배해왔던 방법론은 어린 시절의 경험, 특히 부모와의 관계에 초점을 맞추게 되어 인과론적 결정론의 틀속에 빠질 위험이 있다. 과거를 되돌아보고 주목하는 것은 반드시 거쳐야 할 중요한 작업이다. 그러나 과거를 병리적 차원에서 초점을 맞추어 모든 문제의 해답을 과거의 사건에서 찾게 될 때 과거와 미래 그리고 현재의 통전적 접근이 어렵다. 그러한 시점에서 이야기상담은 많은 강점을 가지고 있으며 기존의 전통적 상담모형들에 대한 대안이 될 수 있다. 내담자가 문제를 가지고 있다고 보는 전통적 상담의 방법에서 이야기상담은 문제와 사람을 분리해놓고 문제가 내담자 개인의 문제가 아니라 공동체의 중요성을 일깨울 수 있다. 이야기상담은 자신의 이야기를 재구성할 수 있다는 강점이 있으며 현재의 이야기 대신에 새로운 대안이야기는 다른 접근법과 구별되는 특징이라 할 수 있다. 이야기상담의 통찰과 구체적 상담 방법론은 기존 상담이론의 단점들을 극복하는 새로운 상담유형을 제시해줄 수 있다고 본다. 본 연구에서는 이야기상담의 주요개념을 살펴본 후 이야기상담 방법론에 대한 고찰과 기독교상담 안에서의 활용방안을 모색하고자 한다.

II. 펴는 글

1. 이야기상담의 개념 이해

1) 이야기와 이야기상담의 이해

이야기에 대한 가장 고전적 정의는 Aristoteles가 내린 정의이다. 그는 이야기를 시작과 중간과 끝이 있는 서술이라고 정의했다. 최근 학자들의 견해 중에서 Lavob의 정의는 Aristoteles의 정의를 좀 더 자세하게 설명한 것인데 그는 지나간 경험을 발생한 순서대로 언어배열에 맞춰서 재현하는 한 방법을 이야기라고 했다.²⁾ 즉 시간의 흐름에 따른 사건들의 전개나 변화를 이야기의 바탕으로 보았다는 점이다.

Rollo R. May는 이야기란 “우리의 내적 자아가 외부 세계와의 관련 속에서 빚어내는 자기 해석의 틀”³⁾ 이라 정의했다. 인간의 삶은 자신의 주변 환경과 인간관계의 끊임없는 교류를 통해 자신의 이야기를 해석하고 재해석하며 살아간다. 경험된 사건은 그대로 있지만 이야기를 통해 재해석될 때 새로운 의미를 갖게 된다. 이처럼 삶의 의미를 찾으려고 노력할 때 사람들은 자기 자신과 그들을 둘러싼 세계에 대하여 설명하게 된다. 지나간 사건에 대해 자신이 경험한 것을 정돈해야 하며 과거와 현재에서 일어났던 일들에 대한 구체적인 경험들과 미래에 일어날 것이라고 예견된 경험들은 연속성을 가지고 연결된다. 이야기는 어떤 원리나 원칙을 직접적으로 설명하지 않고 간접적으로 표현하는 말이지만 오히려 더 강렬하게 마음에 와 닿는 구체적 이미지를 형성하게 하는 힘이 있다. 하나의 사건이나 체험에 대한 기억과 표현의 형태가 이야기인 것이다.

Dan. P. McAdams는 이야기란 인간발달이론을 이야기적 형태로 풀어낸

2) 고미영, 『이야기치료와 이야기의 세계』(서울: 청목출판사, 2004), 18.

3) Rollo R. May, *The Cry for Myth* (New York: W. W. Norton, 1991), 20.

인간 정체성의 새로운 이론이라고 말하며 이야기에 대해 다음과 같이 주장하고 있다.⁴⁾ 첫째, 이야기는 내면화된 각 개인 자신만의 이야기이다. 인간은 자신만의 이야기 또는 신화를 갑자기 꾸며내지는 않는다. 그것은 인간의 마음 안에 계속 담겨져 있어 개인의 삶의 일관성과 목적을 이끌어 낼 수 있는 심리적 구조이다. 자신만의 이야기에는 한 인간의 삶의 다양한 사건들에 관한 이야기로 가득차 있다. 둘째, 이야기는 일관된 구조를 가지는데 그 구조를 위해서는 배경(setting)과 등장인물(Character)이라는 요소가 필요하다. 셋째, 이야기는 많은 종류의 정보들을 조직화하기 위한 자연적인 포장이다. 따라서 이야기를 말한다는 것은 자신과 자신의 세계를 타인에게 표현하는 근본적인 방법이라고 볼 수 있다. 넷째, 이야기는 사실(fact)보다 의미(meaning)에 대한 것이다. 인간은 과거 발생한 사건보다는 이야기를 통해 자신의 경험에 의미를 부여하기 때문이다. 다섯째, 이야기는 치유력이 있다. 자신의 이야기를 쓰거나 말이나 기타 어떤 몸짓으로 표현하는 것은 치유와 성장에 도움이 된다. 고통과 아픔의 사건이 이야기로 표현되지 않으면 내면에 딱딱하게 면쳐진 그대로 남아 자신을 계속 괴롭힌다. 따라서 아픈 사건을 이야기 하지 않으면 그 사건에 대해 자유롭지 못하고 매이게 된다. 이야기하는 것은 더 이상 그 사건에 매이지 않으며, 그 사건을 현재의 입장에서 새롭게 해석하는 것이다. 여섯째, 이야기의 주제들을 통해 자기 정의에 이르게 된다. 즉 자신의 자아정체성 형성에 중요한 단서가 되는 것이다. 일곱째, 이야기는 인간성을 창출한다. 이야기를 통해 새로운 자아의 형성과 자기 정체성을 발견하며, 자신의 정체성 발견을 통해 새로운 삶을 재구성할 수 있도록 한다.

인간은 이야기를 하면서 살아가는 존재, 즉 이야기를 구성하면서 살아가는 존재이며, 자신의 이야기 속에서 의미를 찾는 존재이다. 이야기는 한 인간이 자신의 자아를 형성하는데 있어서 직접적이고 강력한 도구라고 할 수

4) Dan P. McAdams, *The Stories We Live by* (New York: William Morrow, 1993), 11-33.

있다. 이처럼 삶의 이야기는 우리에게 과거의 자신과, 현재 왜 여기 자신이 있는지, 그리고 앞으로 무엇을 해야 하는지에 대해 말해준다. 이야기는 내담자의 생각을 정리시켜주기도 하고, 깨어지고 망가진 것을 고쳐주며, 아픈 것을 치료해준다. 더 나아가 이야기는 생각과 마음을 성숙하게 하며, 꿈과 계획을 성취시키고 실현하도록 이끌기도 한다.⁵⁾ 내담자의 이야기를 통해 대인관계 상황을 분석할 뿐만 아니라 내담자의 다양한 관계성을 알 수 있게 되며 그의 삶의 구조를 파악할 수 있게 된다. 이야기 세계는 그가 사는 현실의 삶과의 어떠한 관계를 맺고 있는 지를 잘 드러내준다.

2) 인간의 정체성과 이야기

이야기는 인간의 '정체성' 형성과 직접적으로 관련된다. 자신이 어떤 존재인지의 정체성은 스스로가 자신을 어떻게 의식하며 이야기하는지에 달려있다. 기억은 인간의 고유한 특성을 보존할 수 있으며 정체성을 확립시킬 수 있다. 이와 같이 개인의 정체성은 기억을 바탕으로 형성된 과거에 대한 해석이라고 할 수 있다. 기억을 근거로 과거를 해석하는 방식이 바로 이야기이다. 이야기는 기억을 바탕으로 과거를 해석하는 핵심적 표현방식일 뿐만 아니라 타인에게 자신이 어떤 사람인지를 보여주기도 한다. 인간의 정체성이 이야기 안에 들어있는 것이 아니라, 인간이 이야기를 할 때 비로소 정체성이 형성되는 것이라 할 수 있다. 삶의 여정에 수많은 사건과 이야기가 있지만 자신의 이야기를 어떻게 엮어가는냐가 정체성 형성에 중요한 역할을 한다.

George W. Stroup는 '정체성' 이란 한 인간이 “시간의 흐름에도 불구하고 지속적으로 유지하는 고유한 품성(personhood)”인데 그렇기 때문에 정체성은 '기억(memory)과 불가분리의 관계에 있다고 주장했다.⁶⁾ 기억은 자

5) 양유성, 『이야기치료』 (서울: 학지사, 2004), 28.

6) George W. Stroup, *The Promise of Narrative Theology* (Eugene, OR.: Wipf and Stock, 1997), 102.

신의 고유한 특성을 유지할 수 있으며 또한 정체성을 기술할 수도 있다는 것이다. 자신이 어떤 존재인지는 스스로 자신이 어떤 존재로 이해하는지의 의식에 달려 있다. 자신이 살아온 과거와 그 과거를 이해하는 의식으로부터 개인의 정체성은 기억을 바탕으로 형성된 해석이라고 할 수 있다. 이야기는 기억을 바탕으로 과거를 해석하는 핵심적 방식일 뿐 아니라 타인에게 자신이 어떤 사람인지를 표현하는 방법이기도 하다. 인간의 정체성을 형성하는 것은 곧 이야기를 형성하는 것이라 볼 수 있는데 개인의 정체성은 이야기를 어떻게 엮어가는냐에 따라 달라질 수 있다. 수많은 사건과 경험들로부터 자신의 이야기를 서로 연결시키며 과거와 현재와 미래를 연결시킬 수 있는 것이 인간의 정체성 형성의 중심이라 할 수 있다.

상담자가 내담자의 내면을 깊이 이해하고자 한다면 그의 이야기를 통해서 알 수 있다. 인간은 자기의 이야기를 통해 자신의 삶을 조명하며 살아가기 때문이다. 이러한 특징들은 다음의 인용문에 잘 요약되어 있다. “만일 당신이 나를 안다면, 그렇다면 당신은 나의 이야기를 알아야 한다. 왜냐하면 나의 이야기들은 내가 누구인지를 정의하고 있기 때문이다. 그리고 만일 내가 나 자신에 대하여 알고자 한다면, 나 자신의 삶의 의미에 대한 통찰을 얻고자 한다면, 나도 또한 나 자신의 이야기를 알아야만 한다. 이것이 내가 계속적으로 수정할 이야기이고, 살아가는 동안, 이야기 할 나 자신이다.”⁷⁾

이야기상담에서 인간을 보는 가장 기본이 되는 전제는 인간은 결코 홀로 진공 속에서 태어나거나 백지 상태로 태어나는 존재가 아니라는 사실이다. 인간은 자신이 속한 상황과 문화 속으로 태어난다는 의미이다. 때문에 인간은 처음 시작부터 자신이 속한 문화와 사회 속에서 여러 영향을 받으며 자신에 대한 이해를 구축해 가는 존재라는 것이 이야기 심리학 접근의 기본 전제이다.⁸⁾ 인간의 자아정체성은 인간 안에서 구성되는 것이 아니라 사

7) McAdams, *The Stories We Live by*, 11.

8) 정석환, “이야기 심리학과 기독교상담”, 연세대학교 한국기독교문화연구소, 「신학논총」 (1998): 203-240.

회적 구성물의 결과라는 관점으로 이야기 심리학을 전개해 가는 사회적 구성학파의 접근도 있다. 언어는 단순히 생각과 감정의 표현을 넘어서 이 세상을 살아가는 방식에 영향을 미친다. 어떻게 말하느냐는 우리가 이 세상에서 어떤 존재이고자 하는냐에 영향을 미치게 된다. 그래서 무엇을 어떻게 말하느냐는 중요한 것이다. 이야기의 재구성에서 자신이 생각하고 결정했던 과정들이 언어로 드러나게 되는데 인간이 생각하고 결정하는 과정을 철학에서는 ‘인식론적 과정’이라고 한다. 인식은 언어를 통해서 알 수 있으며 인식의 틀은 사회 문화적 담론과 시대적 상황을 간과할 수 없다.

2. 기독교상담에서의 이야기 해석

1) 이야기상담과 해석

내담자의 주위에서 일어나는 일들은 나름대로 여러 이유를 가지고 있다. 각 사람의 아픈 이야기는 재해석되어 미래를 만들어가는 단초가 된다. 이야기상담의 기본 전제는 내담자를 문제로 보는 것이 아니라 문제를 문제로 보는 것이며 드러낸 이야기에 대해 재구성과 재조명하여 자신의 정체성을 찾아 가도록 하는 것이다. 과거이야기가 해석적 작업과정을 통해 어떤 형태로든 의미를 부여받으면서 과거이야기는 현실 밖으로 드러날 수 있는 이야기가 된다. 이야기해석은 자신에 대한 이해에 이르는 과정을 언어를 통해 탐색하고자 하는 과정이다. 그러므로 해석은 저자가 말한 것을 통해 저자를 이해하는 기술이며, 언어를 통한 존재와의 만남이다.⁹⁾ 따라서 내담자의 이야기는 내담자가 자신을 어떻게 이해하고 있으며 인생을 바라보는 관점을 구체적으로 보여준다.

해석이란 어떻게 사람들이 자기의 경험을 이해하고, 그 경험에 어떤 의미를 부여하는 가를 말한다. White는 사람들이 이렇게 의미를 만들고자 할

9) 백승균의, 『해석학과 현대철학』(서울: 철학과 현실사, 1996), 161.

때 그들은 자신과 서로의 삶에 대한 이야기를 시작하게 된다고 말했다.¹⁰⁾ 우리가 의미를 만들고자 하는 것은 자신에게 일어난 일들을 이해하려는 과정에서 생기는 것으로 이야기는 의미를 만들거나 찾는 작업 안에서 펼쳐진다고 볼 수 있다. 수 년 혹은 수십 년에 걸쳐 믿어왔던 신념들이 재해석되며 재구성되기란 쉬운 일이 아니다. 상담자는 상담과정을 통해 개인의 부정적이고 패배적인 견해를 반박하여 문제를 해결할 수 있는 자원과 능력을 찾아 이야기를 새롭게 쓸 수 있도록 도와주어야 한다. 이야기상담은 내담자의 과거를 다시 살펴보고 미래를 내다보는, 즉 그들의 삶의 이야기를 재해석할 수 있도록 자원을 찾아주는 일이다.

내담자의 이야기는 짜임새가 있는 온전한 이야기라기보다는 파편화된 모순, 왜곡 등으로 불가해한 이야기이기도 하다. 내담자의 파편화된 이야기는 무의식적 방어(부정, 합리화, 투사 등)나 자기 이해의 지평 내지는 한계를 반영한다. 또는 살아온 삶 자체가 상실이나 실패, 이별 등의 급격한 변화로 인하여 단절로서 경험하고 있을 수도 있으며, 핵심주제나 의미가 결여된 허무로서 경험되고 있을 가능성도 있다.¹¹⁾ 내담자의 이야기는 비성경적이거나 비합리적인 경우 상담자를 통해 다시금 해석되어야 하며 재구성되어야 할 이야기이다. 내담자 자신이 경험한 것(pure and raw experience)과 해석된 경험(interpreted experience)은 전혀 달라질 수 있다. 경험이 이야기 형태로 발전될 때 이야기로 재구성되는 과정을 거치며 경험된 사건과 시간을 서로 연결되어 이야기할 때 경험은 의미(meaning)를 부여받게 된다.

이야기상담에서는 어떤 현상에 대해 의미를 부여하는 해석학적인 입장을 취하고 있기 때문에 치료 상황에서 가장 중요한 것은 경험에 대한 대안

10) Michael White, *Re-authoring Lives: Interviews and Essays* (Adelaide: Dulwich Centre, 1995), 216.

11) 김수연, “기독교상담에서의 이야기해석”, 한국복음주의기독교상담학회, 「복음과 상담」 제8권 (2008): 102-122.

적인 해석에 내담자의 눈이 열릴 수 있도록 제한된 구성으로부터 다양한 관점의 세계관으로 자유롭게 탐색해 나갈 수 있도록 도와주는 것이다. 과거이야기의 해석은 현재를 구성하고 미래이야기의 설계를 가능하게 하는데 과거이야기는 재해석되어 다시 뼈대를 세우는 과정이 된다. 재해석은 문제로 인식된 여러 사건들을 다른 각도에서 볼 수 있도록 제안해 줌으로 새로운 과거이야기를 만들어내는데 도움을 줄 수 있다. 의사의 진단이 있어야 처방이 내려지는 것처럼 과거이야기 토대아래 새로운 미래이야기가 형성될 수 있다. 이야기상담의 과정은 내담자의 삶에 대한 풍부한 서술에 관심을 두면서 내담자가 자신의 경험에 대하여 의미를 만들어가도록 해석하는 과정에 함께 동참하면서 새로운 변화와 성장을 이끌어 내는 것이다.¹²⁾ 기독교상담은 내담자가 과거의 사건을 재해석하여 기독교적 관점에서 이야기되어 재해석될 수 있도록 할 때 기존의 사건은 또 다른 의미를 갖게 된다.

2) 신앙과 이야기

인간이 이야기로 자신의 정체성을 형성하는 존재라면 신앙의 형성도 이야기를 통한 과정이라고 할 수 있다. 자신의 신앙에 대해 누군가에게 말하고자 한다면 자신이 어떻게 하나님을 만나게 되었는지, 하나님이 삶의 여정에서 어떻게 함께하셨는지를 이야기하게 된다. 개인적 신앙이란 자신과 자신의 주변에서 일어나는 사건과 경험들을 기독교적 믿음 안에서 연결시키며 전개해 가는 과정이다. 따라서 핵심적인 이야기는 기독교적 신앙의 이야기가 될 수 있다. 개인이 가지고 있는 신앙은 개인이 가지고 있는 핵심 이야기를 중심으로 하여 삶에 부딪히는 사건을 해석하며 응답하는 일이다. 개인이 어떤 신앙을 갖고 있는가의 문제는 개인이 어떤 이야기를 갖고 있는가의 물음과 같다. 하나님의 이야기와 그의 백성의 이야기, 그리고 성경

12) 고미영, 『이야기치료와 이야기의 세계』, 130.

의 이야기를 끊임없이 듣고 보아야 하는 것은 신앙의 핵심적 이야기가 개인의 삶을 이끌어가도록 하기 위해서이다.

상담과정이란 상담자와 내담자가 협력하여 내담자의 ‘진정한 인생 이야기’를 찾아가며, 그 이야기를 분석해 보고 그 이야기를 변모, 혹은 재구성, 또는 ‘새롭게 이야기를 하도록(re-tell)’ 도와주는 것이다. 여기서 상담자는 내담자의 이야기를 창조적으로 재구성하도록 도와주는 인도자이다.¹³⁾ 기독교상담의 환경 안에서 이야기를 말하고 듣는 과정이란 인간으로서의 정체성을 발견하는 과정이며 이야기가 자신만의 울타리를 넘어 기독교공동체 안의 이야기와 연결시키는 작업이라 말할 수 있다. 이러한 연결고리 안에서 이야기를 통해 하나님의 은혜가 전달되어지는 통로가 될 수 있다.

기독교 신앙의 형성과 기독교인으로서의 정체성 형성은 기독교의 이야기를 듣고 그 이야기를 통해 자신의 신앙을 형성할 이야기와의 만남으로부터 시작된다. 기독교인으로서의 정체성을 형성하고 기독교신앙을 형성한다는 것은 기독교의 이야기와 개인의 이야기 서로간의 의미 있는 만남을 통해서이다. 상담자는 내담자가 자신의 문제만을 바라보던 시각에서 벗어나 성경을 통해 하나님을 바라볼 수 있도록 적용하는 일은 매우 의미 있는 일이다. 이 과정에서 성경활용은 내담자의 이야기를 새롭게 재구성할 수 있으며 하나님이 함께 하실 새로운 소망적 미래적 이야기로 만들어갈 수 있도록 하며 하나님에 대한 관점에 새로운 인식을 갖도록 하는 것이다.

3) 은유와 이야기

(1) 은유의 이해

은유는 한 낱말을 다른 낱말로 바꾸어 표현하는 것이며 한 사물에게 그것이 아닌 다른 것의 이름을 부여하는 것이다. 은유적으로 생각한다는 말은 두 가지 다른 대상이나 사건 또는 서로 비슷한 단편적인 단서를 찾아내

13) 안석모, 『이야기목회, 이미지영성』 (서울: 목회와 상담, 2001), 131-132.

는 것을 말한다. 은유는 본래의 의미가 바뀌지 않는 범위 내에서 한 개념을 다른 개념적인 것을 알 수 있도록 연결시켜 주는 기능을 하기 때문에 한 종류의 사물을 다른 종류의 사물의 관점에서 이해하고 경험하는 것이다. 따라서 은유는 ‘두 사물 간의 유사성(similarity)이나 닮음 또는 상사(resemblance)에 근거한 비유’이다.¹⁴⁾ 따라서 상담에서 은유를 활용한다는 것은 내담자가 가지고 있는 심리상태를 어떤 유사한 다른 상황에 비교하는 의사소통의 한 유형이다. 은유는 의사소통에서 보편적으로 사용되며 자신의 내면상태를 직면해서 표현하기 곤란하거나 어려움이 있을 때 그 개념과 유사한 다른 개념을 통해서 내면상태를 설명한다.

내담자가 자신을 솔직하게 드러내기 곤란한 이야기를 쉽게 드러내도록 하는 방법은 여러 가지 상징과 이야기, 신화, 우화, 동화, 비유에 자신의 상황을 투사하면 자기 노출이 매우 수월해진다. 이것을 ‘이야기 은유’(narrative metaphor)라고 한다.¹⁵⁾ 이처럼 은유는 내담자의 생각의 폭을 넓혀주며 사회 문화적 부분에도 중요한 영향을 미친다. 과거에는 은유를 문학작품에서 수사적으로 사용되던 언어적 장식품처럼 보았지만, 이제는 점차 일상적인 사고와 언어의 활동, 즉 삶에 필수적인 부분으로 받아들여지고 있다.¹⁶⁾ 상담에서 은유를 하나의 기법으로 활용한 대표적인 학자는 Milton H. Erickson이다. Erickson은 현대 상담에 있어서 정형화된 이론적 틀을 거부하고 상담자와 내담자의 관계를 근거로 상담의 개별화를 강조했다. 그는 상담자와 내담자의 상호작용과 효율적인 의사소통을 강조하였는데 내담자에게 은유적 의사소통은 상담을 이끌어가는 중심이 된다고 말했다.¹⁷⁾

은유는 또한 ‘객관화’(externalization)의 한 방법이다. 은유를 통해 사물

14) George W. Burns, *Healing with Stories*, 김춘경·배선운 역, 『이야기로 치유하기』 (서울: 학지사, 2011), 29.

15) 전요섭, “이야기상담기법의 이해와 기독교상담의 적용”, 성결심리상담연구소, 『성결심리상담』 (2010 봄): 111-122.

16) 정희자, “삶으로서의 은유”, 부산외국어대학교, 『외대논총』 (1999, 9): 219-247.

17) 이윤주·양정국, 『은유와 최면』 (서울: 학지사, 2007), 91-106.

을 객관적으로 바라볼 수 있다. 이러한 표현방법은 강력한 ‘즉각성’(immediacy)의 결과를 가져오게 되는데 내담자가 느끼지 못했던 이야기의 핵심에 더 근접할 수 있게 된다.¹⁸⁾

은유는 상징적 표현이기 때문에 일상적인 말보다 훨씬 빠르고 완전하게 감정의 강도를 높여줄 수 있다. 은유는 즉시 우리의 생각을 바꿀 수 있다. 어려움에 처할 때 “사면초가에 처했다”고 한다. “어둠 속을 헤매고 있다”고 느끼거나 “물에 빠져 허우적대고 있다”고도 생각한다. 도전에 부딪혔을 때 “성공의 사다리를 오르고 있다”는 생각보다 “물에 빠져 허우적거리고 있다”는 생각으로 문제를 다루려 한다면 더 많은 스트레스를 받을 것이다. 시험에 처했을 때 ‘추락’이라고 생각하는 대신 ‘항해’라고 생각한다면 분명 다르게 느껴지게 될 것이다. 시간이 ‘쏟아진다’고 생각하지 않고 ‘느릿느릿 기어간다’고 생각하면 시간에 대한 인식과 경험이 달라질 수도 있는 것이다.¹⁹⁾

(2) 은유와 해석

은유는 해석되어야만 은유의 가치가 더해진다. 은유의 해석은 기존의 의미보다는 풍부한 의미 확장으로 인해 보다 넓은 의미를 발견할 수 있다. 은유는 다양한 해석의 가능성이 있는데 자기이야기에 의미의 부여 또는 확장을 통해서 자기 노출의 폭이 넓어진다.²⁰⁾ 은유는 단순히 표현의 문제가 아니라 사고와 인식의 문제라고 보았는데 단어의 차원에서 대화의 차원과 인식의 문제로 확장되어 다루어져온 것을 볼 수 있다. 은유가 언어적 현상이 아니라 언어, 사고, 사회, 뇌, 몸에 속하는 것으로서 삶의 수단이라고 보았다. 은유가 단순한 언어의 문제나 낱말의 문제가 아니라 개념이나 사고

18) Julian Muller, *Narrative Counselling*, 김변영 역, 『여행길의 동반자』 (서울: 솔로몬, 2006), 164.

19) Anthony Robbins, *Awaken the Giant within*, 이우성 역, 『네 안에 잠든 거인을 깨워라』 (서울: 씨앗을 뿌리는 사람들, 2002), 318.

20) Paul Ficoeur, *Interpretation Theory*, 김윤성·조현범 역, 『해석이론』 (서울: 서광사, 1998), 94.

에 해당하는 더 넓은 개념의 것이며, 수사적 목적외에 의사소통의 전략으로서 더 잘 이해하기 위한 것이라고 보았다.²¹⁾

내담자는 자신들이 활용하는 은유에 독특한 이미지나 부정적인 은유를 사용할 때도 있다. 어려움을 겪을 때 내담자는 이렇게 말한다. “앞에 놓인 벽을 뚫고 나갈 수가 없어요” “사방이 꽉 막혀 있어요” 이런 내담자는 자신이 선택한 은유와 함께 살아가기 쉽다. 문제는 외부로부터 오는 것이 아니라 부정적인 은유를 바꾸지 못하는 태도에 달려있다고 볼 수 있다. 새로운 은유를 사용하면 평소의 행동양식과 언어에서 벗어날 수 있을 뿐만 아니라 문제를 바라보는 관점의 변화를 가져오게 된다.

새롭게 표현된 내담자의 은유는 자신의 가치관과 세계관을 새롭게 창조적으로 바라볼 수 있으며 상황을 보다 창의적으로 바라볼 수 있도록 제시해 준다. 은유적 표현은 하나의 고정된 의미에 국한되지 않고 새로운 해석의 가능성이 열려있으므로 은유를 사용하는 것은 과거의 이야기와 미래의 이야기를 더욱 폭 넓게 볼 수 있도록 한다. 은유를 만드는 것은 유사성을 불 줄 아는 시각을 갖는 것이다. 유사성을 발견할 때 해석의 폭이 넓어지며 포괄적인 의미 해석이 가능해진다. 이러한 의미에서 은유는 말로 다할 수 없는 것을 말로 한 것이라고 표현한다.²²⁾

은유적인 의사소통이 효과적으로 진행되기 위해서는 첫째로, 내담자의 관심과 흥미를 이해해야 한다. 내담자가 어떤 부분에 관심을 가지고 있는 부분에 은유적인 접근을 시도할 때 더 효과적이다. 예를 들면 인터넷 중독에 빠진 내담자에게 그들이 좋아하는 게임과 은유를 연결시킴으로써 치료적 접근이 가능해진다.²³⁾ 둘째로, 상담자가 관심을 갖고 해야 하는 작업 중의 하나는 내담자를 문제와 분리해 내는 것이다. 이 과정에서 문제가 되는 대상을 의인화 시키는 작업을 하게 되는데 문제에서 벗어난 이름을 붙여

21) Burns, *Healing with Stories*, 35.

22) 양명수, 『언어로 본 근대성과 종교』 (서울: 이화여자대학교출판부, 2004), 24.

23) 이윤주·양정국, 『은유와 최면』, 147.

은유적인 문제의 영향에서 벗어나도록 돕는 일이다. 문제를 의인화하는 것처럼 새로운 이름을 붙이는 것은 이야기의 과정에서 더욱 활력을 준다. 내담자로부터 부르고 싶어하는 이름을 부르는 것은 강력한 힘이다. 일단 문제나 문제가 되는 대상에 새로운 이름이 붙여지면 상담자는 새로운 명명에 더 일치하는 은유를 확장시킬 수 있다.²⁴⁾ 은유와 최면 새로운 은유의 활용을 통해 사물에 대해 연상하는 의미가 달라지고 의미가 달라질 때 삶이 변하기도 한다.

3) 은유의 기독교상담적 활용

Charles V. Gerkin은 성경을 하나님의 이야기로서 뿐만 아니라 동시에 하나님과의 언약적 관계에 있는 사람들의 이야기로 보고 있다.²⁵⁾ 상담자는 내담자 자신의 문제만을 바라보던 시각에서 벗어나 성경을 통해 하나님을 바라볼 수 있도록 적용하는 일은 의미 있는 일이다. 내담자의 과거 이야기를 통해 새롭게 재구성하며 하나님이 함께 하실 새로운 소망적 미래적 이야기로 만들어갈 수 있도록 도와주며 하나님에 대한 관점에 새롭게 인식을 갖도록 하는 것이다.

예수께서는 하나님 나라에 대한 관점을 새롭게 인식하도록 하기 위하여 하나님 나라에 대해 사실적 언어보다는 많은 부분을 비유적 언어로 선포하셨다. 이는 천국의 비밀을 보다 가깝고 확실하게 이해하도록 하기 위함이다. 그의 은유는 일상생활에서 잘 알려진 것을 예로 들어 숨겨진 비밀과 영적인 진리를 설명하기 위한 것과 동시에 천국에 대한 관심이 적은 이에게는 오히려 가리워 희미하게 하는 역할을 하는 것이다. 예수께서는 사복음서에 기록된 대로 많은 비유를 말씀하셨다. 예수께서는 하나님 나라의 메시지를 주로 비유로 말씀하셨는데 이 비유 안에는 은유가 내포되어 있다.

24) 이윤주·양정국, 『은유와 최면』, 150-51.

25) Charles V. Gerkin, *Widening the Horizons* (Philadelphia, PA.: Westminster, 1986), 48-49.

예수께서 이처럼 은유를 사용하신 목적은 하나님 나라에 대해 충분히 이해할 수 없으므로 사람이나 사물을 예로 들어 하나님 나라를 설명한 것이라고 볼 수 있다.²⁶⁾ 구체적으로는 비유, 은유, 직유, 환유, 상징, 예표 등이 있으나 이런 것들을 통칭하여 상담학에서는 은유라고 한다.²⁷⁾ 기독교의 복음도 예수 그리스도의 탄생에서 부활까지 이야기 형식을 통해 전해졌다. 이야기는 하나님께서 자신을 인간에게 알려주시는 가장 중요한 수단으로 사용되었기 때문에 인간은 무엇보다 이야기를 통해 하나님을 이해하면서 접근해갈 수 있다. 성경기자들이 많은 비유적 표현을 사용하고 있는 이유는 인간이 하나님에 대하여 설명하고 이야기 할 때는 그것이 은유 외에는 달리 묘사할 수 없기 때문이다.²⁸⁾

기독교상담에서 성경을 은유로 활용하면 성경에 기록된 내용을 내담자나 상담자가 서로 알고 있기 때문에 문제를 쉽게 탐색할 수 있으며 상담의 진행이 수월하게 된다. 상담자는 성경의 인물과 성경 구절, 성경의 이야기 가운데 자신의 상황을 잘 표현하는 이야기를 통해 그 답변을 분석함으로써 내담자의 문제에 쉽게 접근할 수 있다. 이야기에 대한 강조점은 성경적 개념과 치료적 개념을 자연스럽게 통합한 것에 있다. 간접적 의사소통의 한 전략으로서 은유는 무의식과 의식을 연결시켜주는 기능을 하므로 내담자의 사고, 가치관, 세계관을 진단하게 하고, 새로운 은유를 통해 사고를 변화시킬 수 있으므로 은유는 내담자의 사고와 현실을 창조적으로 변화시킬 수 있다.²⁹⁾ 만약 직접 다룬다면 강한 반발과 저항에 부딪힐 수 있는 어떤 감정도 은유적으로 간접 표현하게 되면 내담자는 양가감정이나 정리되지 않은 복잡한 문제들을 수월하게 드러내며 변화에 대한 두려움을 효과적으

26) 이재화, “기독교상담을 위한 은유활용의 중요성 고찰”, 한국복음주의 실천신학회, 「복음과 실천신학」 제24권(2011): 163-188.

27) 전요섭, “기독교상담에서 은유기법의 이해와 활용방안”, 156-173.

28) George B. Caird, *The Language and Imagery of the Bible* (Philadelphia, PA.: Westminster, 1980), 144.

29) 정성미, “은유의 치료적 활용”, 중앙어문학회, 「어문논집」 제42집 (2009): 125-36.

로 다룰 수 있게 된다.³⁰⁾ 자기고백은 고백 그 자체로서도 치유효과가 있다. 자기 문제를 목소리로 내어 표현하는 것으로서 그 문제를 객관화 시킬 수 있고 자기고백의 과정을 통해 새로운 인식을 할 수 있는 기회를 가질 수 있다. 그러나 자기고백이나 자기표현은 그리 쉬운 일만은 아니다. 자신을 직접적으로 표현하지 못할 때 은유를 통해 간접적으로 표현할 수 있는 힘이 생긴다.

은유는 인지와 정서의 세계 양쪽에 걸쳐 있기 때문에 감정의 영역 속에서 사고과정을 촉진시키며 무의식의 영역 속에 있다가 행동적인 변화를 주도할 수 있다. 은유는 기존의 틀을 깨고 다른 틀을 찾아내므로, 은유의 힘은 새롭게 정립된 틀에 의해 새로운 의미를 창출하는 데에 있다.³¹⁾ 은유는 내담자의 감정을 간접적인 언어로 표현하며 때때로 문자적인 언어로는 표현하기가 어려운 감정적 이해를 표현하기 위한 상징적이며, 형상적인 매개체를 제공해주기도 하고 상담자와 내담자와의 의사소통을 원활하게 한다. 은유는 내담자가 자신에게 당면된 문제를 한 걸음 물러난 위치에서 바라볼 수 있도록 한다. 내담자에게 밀착된 고통을 한 걸음 떨어진 거리에서 볼 수 있으며 내담자의 저항을 피해가는데 도움을 줄 수 있으므로 내담자가 자기 문제를 표현하는데 효과적이며 치료적 역할을 한다.

3. 이야기상담의 방법

1) 외부화

외부화는 문제에 의해 지배되는 이야기로부터 벗어나기 위해 문제를 외부로 표출시키며 객관화시키는 작업이다. 어떤 현상이나 사물에 이름을 붙이면 그것을 객관적으로 볼 수 있고 그에 따른 관계를 갖게 된다. 외부화는 ‘문제 드러내기’, 혹은 ‘문제와 분리하기’, ‘표출하기’, ‘표출대화’ 등의

30) 이윤주·양정국, 『은유와 최면』, 106.

31) 이윤주·양정국, 『은유와 최면』, 105.

용어를 사용하기도 한다. 외부화는 문제 이야기로부터 내담자 자신을 분리시켜 더 이상 문제 이야기가 지배하지 못하도록 하는 작업이라고 볼 수 있다. 이 과정에서 문제를 독립적 실체로 다루게 되는데 문제를 내담자와 분리하면서 문제는 하나의 객체가 되고 그 객체는 때로 의인화되기도 한다. 외부화는 이야기상담에서 문제를 내담자로부터 떼어내어 서로 대립적 관계로 재정의 하는 것으로 이야기상담의 출발점이라고 볼 수 있다. 먼저 내담자는 내담자의 이야기를 통해 문제를 밖으로 드러내는 과정을 거치게 된다. 이제껏 내담자가 자신에게 다가오는 문제를 자신의 것, 즉 '내면화'(internalizing)했던 것을 밖으로 드러냄으로써 자신과 문제를 분리하는 것이다. 이때 문제를 실체화, 객체화, 의인화하게 된다.³²⁾ 문제와 내담자를 분리하게 되면 문제는 하나의 보여지고, 만져지고, 느낄 수 있는 객체가 된다. 이렇게 객체화된 문제와 대화를 시도하게 되는 것이다. 외부화는 문제에 의해 지배되는 이야기로부터 벗어나기 위해 문제를 외부로 표출시키며 객관화시키는 작업이다.

문제를 해체시키는 외부화는 문제를 객관화시키는 대화로 구성된다. 이런 대화를 통해 사람들에게 문제가 자신의 모두를 표현하고 있지 않다는 사실을 발견함으로써 그 문제를 해결할 수 있는 희망을 주는 것이다. 즉 외부화는 내담자로 하여금 자신이 문제를 가진 사람이 아니라 문제에 오염되어 있지 않은 부분을 가진 존재로 바라보는 길을 제시해 준다. 이 방법은 내담자 자신이 문제의 핵심인 것처럼 혹은 문제를 가지고 있는 것처럼 다루는 기존의 사고를 해체시키고 문제를 내담자와의 관계의 영역으로 끌어들여 이야기 속에서 다루고자 하는 의도를 보여주는 것을 말한다. 더 이상 문제는 내담자 안에 존재하는 것이 아니라 내담자와의 관계를 통해 이야기 속에서만 존재하게 되는데 방법은 문제를 실체로 의인화시켜 그 스스로를 한 개체로 독립시키는 것이다. 문제로부터 분리하는 외부화 대화는 내담자

32) 김변영, 『이야기치료와 상담』 (서울: 솔로몬: 2007), 163.

가 문제에 대해 책임을 저야한다는 생각, 내담자는 환자 또는 문제아라는 시각, 내담자로 하여금 절망과 죄의식을 갖게 만드는 생각을 효과적으로 완화시킬 수 있다. 외부화 대화를 통해서 이야기상담자는 내담자가 문제 때문에 느끼는 비난과 수치심을 점점 줄어들게 만들 수 있으며 내담자로 하여금 문제가 자기 때문이 아니라 자기 외부의 원인 때문에 발생한 것으로 느끼도록 만든다.

문제의 외부화로 인해 내담자들은 문제가 자신 밖의 것이라는 생각을 하게 될 것이다. 상담자는 내담자의 내재화된 수치심과 죄책감을 분리시킬 수 있고, 문제와의 관계 속에서 새로운 통찰력과 선택의 능력을 자극할 수가 있다. 문제가 내담자로부터 밖으로 분리되어 새롭게 바라볼 수 있는 시야가 열리게 된다. 내담자를 문제로 보는 인식부터 바뀌지 않고는 발전된 이야기를 기대할 수는 없다. 문제와 내담자를 분리하게 될 때 문제는 하나의 보여지고, 만져지고, 느낄 수 있는 객체가 된다.³³⁾ 즉 문제 외부화를 통해 문제를 어느 정도 거리를 두고 바라볼 수 있는 시각을 지니게 되고 문제에 파묻혀 압도당하는 것으로부터 여유를 가지며 문제에 대항할 힘을 키우게 된다.

일단 문제가 내담자로부터 분리되면 내담자는 문제가 자신과 삶에 미치고 있는 영향력을 알게 된다. 문제와의 거리를 가지게 되면서 내담자는 문제를 자신과 다른 어떤 실체로 경험하기 시작하게 되는데 이렇게 내담자는 문제에 대한 자신의 입장을 분명히 지닐 수 있으며 문제에 저항할 수 있는 힘을 얻고 문제에 대한 대항할 자세를 갖추게 된다.³⁴⁾ 문제를 분리하는 외부화 작업은 대화를 사용함으로써 문제의 고통과 심각함에서 벗어나 좀 더 가볍고 편안하게 접근할 수 있는 여지를 마련할 수 있다. 이것은 문제가 개인의 내부에 있다고 생각하는 전통적인 상담과 심리학의 경향을 뒤집는 것인데 전통적인 상담에서는 개인이 문제를 가지고 있다고 보기 때문이다.

33) 김변영, 『이야기치료와 상담』, 161.

34) 김유숙, 『가족치료』 (서울: 학지사, 2002), 214-215.

2) 독특한 수확물

이야기가 진행되는 과정에서 때때로 줄거리와는 별 상관이 없을 것 같은 혹은 전혀 관계가 없는 다른 사건이나 경험들이 언급되기도 한다. 이러한 줄거리하고는 관계없는 사건들 속에서 내담자의 대안이야기를 도와 줄 어떤 수확물들을 만날 수 있다. 이러한 것을 독특한 수확물이라고 한다.³⁵⁾ 상담자는 내담자와 대화하는 과정에서 문제이야기와 맞지 않거나 거리가 먼 사건들을 만나게 되면 이것을 ‘섬광처럼 번뜩이는 사건’으로 인식할 수 있어야 한다.³⁶⁾ 상담자는 질문을 통해 내담자의 문제이야기에서 드러나지 않거나 문제이야기에 가려워져 있는 이야기를 발견하여 내담자가 문제의 해결자가 되도록 돕는다. 독특한 수확물은 내담자의 강점부분들이 문제에 가려 있다가 수면 위로 드러나게 되는데 이것은 내담자의 미래이야기를 강화하고 발전시켜 나간다. 내담자가 단 한 번이라도 문제를 극복했던 것이나 혹은 그 상황을 성공적으로 해결한 사건들이 내담자 자신의 대안이야기를 도와줄 수확물이 된다. 이러한 수확물들은 예상치 못한 곳이나 생각지도 못했던 곳에서 나타나는 경우가 많다. 독특한 수확물은 문제이야기와는 달리 예외적인 경우에서 찾게 되는데 문제이야기에서 나타나는 것과는 다른 방식으로 나타나기도 한다.

이야기상담은 모든 이야기가 가지고 있는 허술한 틈새를 공략하는 것이다. 인간의 삶 자체가 그러하듯이 이야기도 완벽할 수 없으며 무수히 많은 허술한 틈을 가지고 있다. 이 틈새를 공략하는 여러 가지 방법들이 이야기상담의 핵심기술이다. 이야기상담이 목표하는 것이 바로 삶을 억압하고 불만족스럽게 하는 이야기를 버리고, 보다 힘을 실어주며 만족스러운 이야기를 얻게 되는 것이다. 만일 아주 작은 틈새라도 그것을 찾아내기만 한다면 상담자는 새로운 이야기를 만들어 낼 가능성을 찾아가는 것이다.³⁷⁾

35) 김변영, 『이야기치료와 상담』, 97.

36) 고미영, 『이야기 치료와 이야기의 세계』, 100-102.

37) 김변영, 『이야기치료와 상담』, 96-99.

이야기를 만들 때 어떤 경험은 이야기에서 빠지게 되는데 대개 문제이야기 구성에서 벗어난 이야기는 이야기로 만들어지지 않고 묻혀져 버리며 이야기에서 빠지게 된다. 독특한 수확물은 흔히 문제이야기에 가리워져 쉽게 찾아내기 어렵다. 그러나 상담자는 외부화를 통해 독특한 수확물을 찾아낼 수 있다. 내담자의 몸에 배어 있고 익숙한 문제에 빠진 이야기에서 자신을 분리시킬 수 있을 때에만 독특한 수확물의 발견으로 주의를 돌릴 수 있게 된다.³⁸⁾

예외적인 사건을 토대로 이야기를 만들기 위해 상담자는 내담자로 하여금 최근에 있었던 일들 가운데 독특한 결과를 찾아내도록 돕는 것이 중요하다. 아무리 작은 것일지라도 성공적인 사건을 강조하면 내담자나 가족들의 역사와 연결시키는 새로운 이야기가 나올 수 있다. White는 삶의 경험들은 우리의 이야기보다 더 풍부하다고 주장했으며 가장 우세하게 드러난 이야기는 많은 세밀한 부분을 빠뜨리고 있다고 말했다.³⁹⁾ 상담자는 질문을 통해 그렇게 숨겨진 빠뜨린 조각을 찾아내어 내담자가 자기 자신에 대해 좀 더 정확한 그림을 그릴 수 있도록 도와주어야 한다. 이처럼 조각나거나 빠뜨린 이야기는 새로운 대안이야기의 중요한 자료가 된다.

3) 대안이야기

대안이야기(alternative story)는 이야기의 구성 중에서 결핍된 이야기와 관계하여 내담자가 원하는 삶이 무엇인가를 찾아내서 이야기를 재구성하고 미래이야기로 발전시키는 것을 대안이야기라고 한다.⁴⁰⁾ 대안이야기는 이야기상담자가 사용하는 '풍부한 이야기' '재저작 대화' '미래이야기' '상상이야기' 등을 모두 대안이야기라고 부른다. 대안이야기는 문제이야기에

38) 고미영, 『이야기치료와 이야기의 세계』, 131-32.

39) 양유성, 『이야기치료』, 191-92.

40) Michael White & David Epston, *Narrative Means to Therapeutic Ends*, 고미영 역, 『이야기상담과 이야기의 세계』 (서울: 청목출판사, 2004), 32.

가려진 이야기의 요소들로 구성되며 독특한 수확물을 발견한 후에는 대안이야기로 발전되어야 한다. 상담자는 하나의 예외적 사건에 관심을 가지는 것이 아니라 사건을 통해 대안이야기로 나아가게 하는 창구가 될 뿐이다. 이러한 출발점으로 시작하여 상담자는 내담자가 자신들의 삶에 있어서 대체적인 방식이나 좀 더 다른 방식의 이야기로 살아갈 수 있도록 돕는다. 대안이야기를 두 가지로 나누면 먼저 문제이야기에 가리워져 밀려난 이야기의 요소들을 근거로 문제이야기를 다시 다른 이야기로 구성하는 것을 말한다.⁴¹⁾

Hilde L. Nelson은 대안이야기의 개념을 다음과 같이 정의했다.⁴²⁾ “대안이야기는 지배적인 이야기들을 허물고 다시 이야기를 함으로써 말하는 사람의 도덕적 자기 정체성을 수립하는데 도움이 되는 이야기들로, 이러한 방법을 통해 새로운 해석과 결론이 만들어지게 되는 것이다.” 이러한 대안이야기는 삶의 이야기를 다시 쓸 수 있도록 힘을 실어줌으로써, 지배적인 이야기에 지속적으로 나아갈 수 있도록 한다.

이야기상담은 내담자로 하여금 대안이야기를 발전시켜 나갈 수 있도록 돕는 것으로 내담자가 지금까지 살아온 이야기의 문제를 발견하고 그것을 수정, 복구할 수 있는 미래이야기가 바로 대안이야기이다. 자신 안의 창조적 가능성을 발견할 수 있도록 도와줌으로써 희망찬 미래가 살아날 수 있다. 상담에 있어 이야기적 접근의 중요한 가정 중 하나는, 그러한 대안적이고 독특한 이야기들은 매우 많으며 어렵지 않게 찾아낼 수 있다. 이러한 이야기들은 문제의 중심이야기를 변화시킬 수 있으며 새로운 대안이야기의 중요한 뼈대가 된다. 새로운 미래이야기는 내담자와는 전혀 관계없는 이야기를 구성하는 것이 아니라 내담자의 과거나 현재 어디에선가 자신의 삶의 요소들 속에서 만들어진다. 대안이야기는 내담자를 괴롭히는 문제이야기의 영향에서 자신이 한 발 떨어져서 볼 수 있게 하며 내담자가 잊고 있었던

41) 김변영, 『이야기치료와 상담』, 89.

42) Hilde Lindemann Nelson, “Resistance and Insubordination,” *Hypatia* 10, no.2 (1995): 23.

것을 기억나게 하며 미래를 힘차게 열어가게 해주는 힘이 있다. 대안이야기는 결국 새로운 미래를 열어가는 밑거름이 되는 것이다. 과거의 상처는 단지 잊어야 할 사건이 아니라 미래를 만들어가는 대안이야기의 중요한 역할을 한다.

문제이야기가 내담자의 삶의 먼 과거로부터 오랜 기간에 걸쳐 시작되었던 것과 똑같이, 대안이야기 역시 먼 과거로부터 오랜 기간에 걸쳐 만들어진다. 대안적인 이야기를 구성하는데 있어서 가장 어려움은 대안적 이야기는 매우 미약한 반면 문제이야기는 강력하다는 차이 때문이다. 문제이야기가 오랜 시간을 거치면서 성장했던 것만큼 대안이야기도 문제이야기의 권위에 대항할 수 있도록 충분히 튼튼한 줄거리를 전개해야만 한다.

Gerkin은 절망적인 상황 속에서도 인간은 희망으로써 문제를 극복하게 된다고 보았다. 어떤 위기의 순간이나 비극에 직면할 때 희망을 갖고 있는 사람은 현재가 지나가기를 좀 더 편안하게 기다릴 수 있다. 그것은 미래를 믿고 있기 때문이다.⁴³⁾ 미래를 믿고 있는 사람은 현재의 상황에 희망을 간직하며 문제를 극복하며 대처할 수 있다. 그러기에 내담자의 과거의 사건과 경험 그 자체는 바꿀 수 없지만, 현재 이야기하는 과정 속에서 그 의미는 바뀔 수 있으며 경험된 사건과 이야기되어 해석된 사건은 확연히 다르기 때문이다. 다시 말하면 과거 그 자체로는 변할 수 없는 지나간 사건과 시간이지만 현재 이야기하는 상황에 따라 과거의 의미와 사건들은 여러 형태와 모습으로 바뀌어지고 재해석되어 대안이야기로 전환되어진다.

4. 기독교상담적 방안

1) 예수님의 질문대화법

성경에 나타난 예수님의 대화에서 많은 부분이 질문대화로 시작되는 것

43) Charles V. Gerkin, *The Living Human Document: Re-visioning Pastoral Counseling in A Hermeneutical Mode* (Nashville, TN.: Abingdon, 1994), 70-75.

을 볼 수 있다. 요한복음 5장 2-9절에 나타난 38년 된 병자의 이야기는 단지 몇 번의 짧은 대화가 오고갔을 뿐이나 오랫동안 앓고 있던 병에서 고침을 받은 치유의 기록이다. 38년 된 병자가 치유받기 위해 베데스다 못가에 있을 때 예수님은 일방적으로 병자를 치유해주신 것이 아니라 질문을 던지셨다. 성경 본문에서는 38년 된 병자가 다른 병자들과 마찬가지로 치유받기 위해 베데스다 못가에 와 있는 것이라고 분명히 밝혀주고 있다. 이것을 모를 리 없는 예수께서 “네가 낫고자 하느냐” 는 물음을 던지신 것이다. 무엇보다도 치유받기를 간절히 원하고 있던 병자에게 예수님의 질문은 너무도 당연한 질문일 수 있다. 그런데 38년 된 병자는 예수님의 질문에 물이 움직일 때에 자신을 못에 넣어주는 사람이 없어 못에 내려가는 동안에 다른 사람이 먼저 내려가 버린다고 대답을 했다. 질병 앞에서 육체의 아픔이 아닌 원망과 비탄이 깃들인 대답을 통해 그의 몸과 마음과 영혼까지 병들었음을 직면하게 된 것이다. 병자는 예수님의 질문을 통해 육체의 아픔과 더불어 마음의 병까지 겹쳐있는 현재의 모습을 볼 수 있었다. 예수님의 질문은 단지 육체의 질병만이 아닌 총체적인 인간 이해에 대한 질문임을 알 수 있다.

이야기상담에서 상담자의 전문성은 바로 질문이다. 내담자의 이야기 속에서 무엇인가를 찾고 새로운 것을 발견할 수 있는 적절한 질문을 구성하는 것이 기독교상담자의 전문성이다. 질문은 짜여진 틀이 있는 것이 아니라 상담 과정에서 내담자의 이야기를 따라가면서 상황에 따라 질문이 발생한다.⁴⁴⁾ 상담자의 질문을 통해 내담자의 내면세계와 기독교 공동체 안에서의 자기정체성을 밖으로 드러낼 수 있다.

2) 새로운 이야기 만들기로서의 기독교상담

내담자가 펼쳐가는 자신의 삶에 대한 이야기는 부정적이고 낙담적인 절

44) 김변영, 『이야기치료와 상담』, 22-24.

망의 이야기가 대부분이다. 기독교상담은 내담자의 이야기를 듣고 이해하면서 새로운 이야기를 만드는 과정이다. 내담자가 이야기조차 할 수 없었던 과거를 이야기할 수 있도록 그들과 함께하며 좀 더 창조적인 방법으로 다시 이야기할 수 있도록 도와 새로운 이야기를 만들어갈 수 있는 힘을 실어주어야 한다. 조각나고 파편화된 이야기를 하나씩 연결고리를 찾아 이어갈 수 있도록 하며 상처를 준 사건에 매이지 않고 이야기를 풀어나갈 수 있도록 도와야 한다. 내담자가 매어있는 삶의 경험들을 이야기로 엮어낼 수 있도록 하는 과정은 새로운 이야기를 만들어갈 수 있는 재료가 된다. 상담 과정에서 내담자는 자신이 풀어놓는 이야기를 통해 삶의 형태가 드러나기 시작한다. 이렇게 드러난 이야기를 통해 자신을 보게 하고 그것을 기독교적 삶의 형태와 연결시키도록 도와주어야 한다. 내담자의 이야기가 기독교적 이야기와 상호작용할 때 새로운 이야기로 전개될 수 있다. 기독교상담은 설득하고 교훈하기보다는 내담자가 자신이 풀어내는 이야기를 통해서 기독교적 삶의 이야기와 융합될 수 있도록 돕는 일이다. 이야기 과정을 통해 내담자의 절망과 낙담의 이야기가 구원과 희망의 새로운 이야기로 나아갈 수 있다.

3) 자전적 이야기의 진술

자전적 이야기의 진술은 말하는 자로 하여금 자신의 과거와 재연결의 기회를 제공해줄 뿐만 아니라 이 과정을 통해 무의식 세계에 묻혀 놓았던 자신의 과거와 새롭게 화해할 수 있는 길을 제공해 준다. McAdams는 자전적 이야기 진술에 필요한 인터뷰의 필수적인 7가지 방법을 제시하고 있다.⁴⁵⁾

첫째, 말하는 자로 하여금 자연스럽게 지금까지 살아왔던 자신의 삶을 회고해 보며, 자신의 삶을 마치 한 편의 책이라 생각해보는 것이다. 그 책의 장들을 분류하고 각 장마다 적절한 제목들을 붙여보도록 할 때 자신의

45) McAdams, *The Stories We Live by*, 256-264.

삶의 이야기가 잘 짜여진 이야기 체계로서 인식하게 된다.

둘째, 말하는 자로 하여금 보다 구체적으로 자신의 삶에 얽힌 8가지 중요한 사건들에 얽힌 기억들을 회상해 보도록 인도하는 과정이다. 예를 들면 최상의 경험에 얽힌 이야기, 삶의 최저점이었다고 생각되는 실패와 상처 이야기, 삶을 새롭게 전환시켰던 경험의 이야기, 혹은 긍정적이거나 부정적인 이야기, 그 밖의 다른 중요한 삶의 기억들에 얽힌 이야기들이다. 이러한 기억을 통해 자신의 삶을 되돌아보게 하며, 자신의 삶의 이야기를 편집, 혹은 재편집하는 기회를 제공하게 된다.

셋째, 내담자로 하여금 그의 삶에 있어서 중요한 영향을 준 중요 인물들을 말하게 한다. 이러한 중요 인물들에 얽혀있는 내담자의 기억들과 왜 그들을 선택하여 삶의 중요한 영웅의 이미지로 보관하고 있는지의 의식적, 무의식적 이유는 내담자의 이야기 안에 숨어있는 이야기 주인공의 모습을 파악하는데 도움이 된다.

넷째, 과거의 회상으로부터 시선을 돌려 미래의 설계에 대해 이야기하게 한다. 이것은 내담자의 삶에 대한 꿈과 희망을 말하게 함으로써 그 안에 담긴 이야기 동기와 주제들을 읽어내기 위함이다.

다섯째, 이야기의 삶에서 아직 풀리지 않는 삶의 문제와 갈등 등에 대해 말하게 한다. 이때 상담자는 좀 더 자유로운 무비판적 공감적 분위기를 제공하여 내담자의 깊은 내면의 갈등과 고뇌에 대해 들음으로써 내담자 이야기의 입체적 이해를 할 수 있는 필수적 요인이 된다.

여섯째, 내담자의 신념과 가치관, 종교적 신념과 신앙에 대해 질문한다. 내담자의 이야기 안에 유무형의 뼈대를 형성하게 되는 이 요소는 한 인간의 이야기를 구조화시키는데 꼭 필요한 요소가 된다.

마지막 일곱째는 내담자로 하여금 자신의 삶을 지탱해왔던 커다란 삶의 주제에 대하여 회고해보며 이야기하는 것이다. 한 사람이 어떠한 이야기 주제를 가지고 그의 생애를 전개했는가를 알면 앞으로 그 사람의 미래는 어떠한 삶이 전개될지 이해할 수 있게 된다.

Ⅲ. 닫는 글

기독교상담의 환경 안에서 이야기를 말하고 듣는 과정이란 한 인간으로서의 정체성을 발견하는 작업이며 한 개인의 이야기가 자신만의 울타리를 넘어서 기독교공동체 안의 다른 사람들과 연결시킨다.

기독교상담은 상처입고 분열되고 조각난 이야기들이 하나님의 성령의 치유하심과 구원하심의 역사 안에서 재해석되어 새로운 이야기, 희망과 구원의 이야기로 거듭날 수 있도록 돕는 일이다. 절망적인 상황속에서도 인간은 희망으로써 문제를 극복하게 된다. 어떤 위기의 순간이나 비극에 직면할 때 희망을 갖고 있는 사람은 현재가 지나가기를 좀 더 편안하게 기다릴 수 있다. 그것은 미래를 믿고 있기 때문이다. 미래를 믿고 있는 사람은 현재의 상황에 희망을 간직하며 문제를 극복하며 대처할 수 있다.

초대교회가 이야기를 통해서 전달되어왔듯이 상담자는 기적을 경험한 이들이나 현장에서 목격한 이들, 혹은 만났던 이들의 성경 이야기가 오늘 현재에도 하나님의 구원사역이 재현될 수 있도록 돕는 일이다. 심리학과 신학 모두에서 이야기상담은 인간의 생애 역사를 말하는 것이 중요하다고 강조한다. 인간의 과거는 기억 속에서 지워버려야 할 것이 아니라 재해석되어 미래를 바라볼 수 있는 그림을 만들어야 한다. 기독교상담은 내담자의 흩어진 이야기를 한데 모을 수 있도록 도와주어야 하며 단순히 과거의 사건을 반복하는 것이 아니라 기독교적인 이야기들과의 연결점을 찾는 일이다. 그런 점에서 이야기상담은 기독교상담에서 치료의 활용도가 매우 높다고 본다.

본 연구에서는 이야기상담의 이해와 인간의 정체성이야기를 살펴본 후 기독교상담에서의 이야기 해석과 신앙과 이야기, 은유와 이야기를 고찰한 후 이야기상담의 방법과 기독교상담적 방안에 대해서 살펴보았다. 기독교상담은 내담자의 삶에 역사하시는 하나님을 기억하며 새로운 미래이야기

를 쓰도록 돕는 것이다. 이에 이야기상담의 방법론은 내담자를 이해하고 분석할 수 있는 좋은 방법이 될 수 있을 것이다. 사람들이 희망을 잃고 있을 때 그들로 하여금 기독교공동체의 이야기를 통해 꿈을 꾸고 미래를 상상하며 희망을 갖게 하는 유용한 기독교상담이 될 것이다.

【 참고문헌 】

- 고미영. 『이야기치료와 이야기의 세계』. 서울: 청목출판사, 2004.
- 김번영. 『이야기치료와 상담』. 서울: 솔로몬, 2007.
- 김유숙. 『가족치료』. 서울: 학지사, 2002.
- 백승균. 『해석학과 현대철학』. 서울: 철학과 현실사, 1996.
- 안석모. 『이야기목회, 이미지영성』. 서울: 목회와 상담, 2001.
- 양명수. 『언어로 본 근대성과 종교』. 서울: 이화여자대학교출판부, 2004.
- 양유성. 『이야기치료』. 서울: 학지사, 2004.
- 이윤주·양정국. 『은유와 최면』. 서울: 학지사, 2007
- 김수연. “기독교상담에서의 이야기 해석”. 한국복음주의기독교상담학회. 「복음과 상담」 제8권 (2008): 101-122.
- 이재화. “기독교상담을 위한 은유활용의 중요성 고찰”. 한국복음주의실천신학회. 「복음과 실 천신학」 제24권 (2011): 163-188.
- 전요섭. “이야기상담기법의 이해와 기독교상담의 적용”. 성결심리상담연구소. 「성결심리상담」 (2010 봄): 6-25.
- 전요섭. “기독교상담에서 은유기법의 이해와 활용방안”. 성결대학교신학연구소. 「교수논집」 (2008, 9): 147-173.
- 정석환. “이야기 심리학과 기독교상담”. 연세대학교 한국기독교문화연구소. 「신학논총」 (1998): 203-240.
- 정성미. “은유의 치료적 활용”. 중앙어문학회. 「어문논집」 제42집. (2009): 121-136.
- 정희자. “삶으로서의 은유”. 부산외국어대학교. 「외대논총」 (1999, 9): 219-247.
- Aristotle. *Poetics*. 나종일·조용익 역. 『시학』. 서울: 삼성문화사, 1983.
- Burns, George W. *Healing with Stories*. 김춘경·배선운 역. 『이야기로 치유하기』. 서울: 학지사, 2011.
- Caird, George B. *The Language and Imagery of the Bible*. Philadelphia, PA.: Westminster, (1980), 144.
- Gerkin, Charles V. *Widening the Horizons*. Philadelphia, PA.: Westminster, 1986.
- Gerkin, Charles V. *The Living Human Document: Re-Vision Pastoral*

- Counseling*. 안석모 역. 『살아있는 인간문서』. 서울: 한국심리치료연구소, 1998.
- Jungel, Eberhard. *Paul and Jesus*. 허혁 역. 『바울과 예수』. 서울: 이화여대출판사, 1982.
- Lakoff, George & Mark Johnson. *Metaphors We Live by*. 노양진·나익주 역. 『삶으로서의 은유』. 서울: 서광사, 1995.
- May, Rollo R. *The Cry for Myth*. New York: W. W. Norton, 1991.
- McAdams, Dan P. *The Stories We Live by*. New York: William Morrow, 1993.
- Morgan, Alice. *What Is Narrative Therapy? An Easy to Read Introduction*. 고미영 역. 『이야기상담이란 무엇인가?』. 서울: 청목출판사, 2003.
- Muller, Julian. *Narrative Counselling*. 김변영 역. 『여행길의 동반자』. 서울: 솔로몬, 2006.
- Nelson, Hilde Lindemann. "Resistance and Insubordination." *Hypatia* 10, no. 2 (1995).
- Ricoeur, Paul. *Interpretation Theory*. 김윤성·조현범 역. 『해석이론』. 서울: 서광사, 1998.
- Robbins, Anthony. *Awaken the Giant within*. 이우성 역. 『네 안에 잠든 거인을 깨워라』. 서울: 씨앗을 뿌리는 사람들, 2002.
- Stroup, George W. *The Promise of Narrative Theology*. Eugene, OR.: Wipf and Stock, 1997.
- White, Michael & David Epston. *Narrative Means to Therapeutic Ends*. 고미영 역. 『이야기상담과 이야기의 세계』. 서울: 청목출판사, 2004.
- White, Michael. *Re-authoring Lives: Interviews and Essays*. Adelaide: Dulwich Centre. 1995.
- Winslade, John & Gerald D. Monk. *Narrative Counseling for School*. 송현중·정수희 역. 『이야기상담』. 서울: 학지사, 2005.

【 Abstract 】

Christian Counseling through a Narrative Counseling Method

Jaehwa Lee & Joseph Jeon

Sungkyul University

This is to clarify the Christian counseling through a narrative counseling method. The role of Christian counseling is to reframe through reinterpretation of a client's traumatic narrative. This is to clarify the Christian applications through understanding of narrative counseling in Christian counseling. Narrative counseling is due to therapeutic approach through storytelling to a client. The Holy Spirit is able to reinterpret a client's break narrative. So, both a Counselor and a client ought to depend on the Holy Spirit in order to take reinterpretation. The Holy Spirit can make a narrative of despair to a narrative of hope, a narrative of frustration to a narrative of salvation, and a meaningless narrative to meaning narrative. Accordingly, narrative counseling method is very effective in Christian counseling through a metaphor. A metaphor is a method to exposure a client's inner situation without resistance indirectly. Also, narrative counseling is great method to understand/analyze a client's inner situation. In view point of Christian counseling, narrative counseling is based on the Bible. There are a lot of narratives in the Bible.

The researcher dealt with theoretical background of narrative counseling, main notion including definition of narrative counseling, therapeutic effectiveness of narrative counseling, of methods of narrative counseling in this research.

Key words: Christian counseling, narrative, narrative counseling, metaphor, interpretation of metaphor, effectiveness of metaphor